ウェルワーク諏訪湖ニュース

No.180 2016年 10月10日号 10

発行・編集／一般財団法人　諏訪湖勤労者福祉サービスセンター
会員数……７０８事業所　４,７９０人（平成28年8月31日現在）

〒394-0031 岡谷市田中町3-7-28　TEL 24-3010　FAX 24-3018
〒393-8501 下諏訪町4613-8 下諏訪町役場内 TEL・FAX 28-1511
ホームページ https://www.suwako-kinrosha.or.jp　Eメール info@suwako-kinrosha.or.jp

2016 レストランチケットの斡旋

斡旋対象　会員

斡旋枚数　各券種100枚（ランチ及びディナーにつき会員一人各4枚まで）＊牛角は50枚（会員一人２枚）

申込受付　10月17日（月）午前9時から24日（月）午後5時まで（先着順とし、予定枚数に達し次第締切））

申込方法　6頁の申込書に必要事項を明記の上、ＦＡＸまたはセンター事務局持参にてお申込みください。
また、ウェルワーク諏訪湖のホームページからもお申込みできます。
＊申込後のキャンセル及び引換後の払い戻しはできません。

チケット引換　10月24日（月）から10月31日（月）までの間に会員カードと代金をウェルワーク諏訪湖窓口へ持参していただくか、代金引換郵便（有料260円）をご利用ください。なお、窓口の引換は、つり銭のないようにお願いします。

利用方法　①チケット購入後、利用日が決まった段階で各施設に予約。（必ずウエルワーク諏訪湖の会員である旨を伝える）
②利用当日、受付で予約者の名前とウェルワーク諏訪湖の会員である旨を伝えるとともに、会員証を提示。
③他のサービス券、割引券、優待券等との併用はできません。また払い戻し、現金との引換はできません。

その他　食事券は、会員一人年度内（4月～翌3月）10枚までとします。

★☆ ホテル・ブエナビスタ　1F ☆★☆★☆★☆★☆★☆★☆★☆★☆

カフェ＆ダイニング「ラ・カフェテラサ」　予約・問合せ　0263-37-1570

ランチバイキング　オードブルからメイン料理、スイーツまで全30種をご用意。ソフトドリンクバー付き。

区　分	斡旋料金	通常料金
13歳以上	1,000円	1,750円
9歳～12歳	700円	1,260円
4歳～8歳	100円	500円

- 利用期間　11月10日～来年1月10日
- 利用時間　11:30～14:00
- クリスマス期間と年末年始は特別料金。差額料金を店舗にお支払ください。
- 税・サービス料込み。

ディナーブッフェ　オードブル・スープをはじめ、メインの肉料理・魚料理などバラエティー豊かにご用意。ソフトドリンクバー付き。

区　分	斡旋料金	通常料金
13歳以上	1,800円	2,600円
9歳～12歳	1,100円	1,800円
4歳～8歳	100円	500円

- 利用期間　11月10日～来年1月10日
- 利用時間　平日17:30～20:30／日曜・祝日16:30～20:00
- クリスマス期間と年末年始は特別料金。差額料金を店舗にお支払ください。
- アルコール飲み放題。一人1,500円プラス。
- 税・サービス料込み。

★☆ 牛角岡谷店・諏訪インター店共通 ☆★☆★☆★

予約・問合せ（岡谷店）0266-24-1129
（諏訪店）0266-82-1129

お気軽コース

お肉におつまみ、サラダ、メも！　シューアイスの他にもう一品デザート付き！
80品以上の品目からお好きなものを食べ放題!!

- 斡旋料金　13歳以上　2,200円（通常2,980円）
- 利用期間　11月10日～来年1月31日
- 利用時間　平日17:00～24:00／土・日・祝11:30～24:00
- シューアイスの他に、もう一品デザートをサービス
- 税・サービス料込み。



定期健康診断および生活習慣病健診のご案内

当センターでは、会員の皆様の健康管理の一環として、岡谷市民病院が実施する定期健康診断の日程を下記のとおり確保いたしました。検査日程が合わず健康診断を実施できなかった会員等の方は、この機会に受診いただきますようご案内申し上げます。

対 象 者　会員事業所
健 診 日　平成２８年１２月２日（金）
時　　間　午前８時００分～
（終了時間は申込人数により変わります。）
会　　場　岡谷市保健センター（検診車により実施）
定　　員　概ね　５０人
（検査項目等により若干変動します。）

申込方法　ご希望の事業所は、ウェルワーク諏訪湖までお電話ください。　☎　２４－３０１０
（お電話をいただいた事業に申込書等をお送りいたします。）
申込期限　１０月２１日（火）
支払方法　定期健康診断実施後、各事業所に岡谷市民病院から送付される請求書によりお支払いください。

検査項目	体側・診察							尿検査			血液一般				血液生化学的検査											その他			
	身長	体重	視力	聴力	血圧	診察	腹囲	蛋白半定量	糖半定量	潜血反応	血色素測定	ヘマトクリット値	赤血球数	白血球数	空腹時血糖	中性脂肪	総コルステロール	HDLコルステロール	LDLコルステロール	GOT（AST）	GPT（ALT）	γ-GTP	ALP	尿酸	クレアチニン	心電図	胸部X線	胃部X線	便潜血反応
生活習慣病予防健診（一般健診）	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
健康診断　B	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
健康診断　A	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

料　金		生活習慣病予防健診	健康診断　B	健康診断　A
	補　助	7，038円	—	—
	自　費	22，200円	9，070円	4，430円

※　生活習慣病予防健診（補助）は、協会けんぽ加入者であり今年度35歳以上～75歳誕生日までの方が対象です。
生活習慣病予防健診補助対象の方は、ウェルワーク諏訪湖への申込書の他に協会けんぽへの補助申請をお願いいたします。
※　健康診断 B は、労働安全衛生法の35歳及び40歳以上の方の項目となります。
※　健康診断 A は、労働安全衛生法の35歳未満及び36～39歳の方の項目となります。
※　オプション検査については、できるだけ事前に申し込みください。

巡回労働相談のご案内

労働条件や職場環境、賃金のお悩みなど・・・労働に関する様々な問題を、無料でご相談いただけます。労働相談員が個別で対応し、公正・中立な立場でアドバイスします。お気軽にご利用下さい。（要予約）

○開設日時：１１月１６日（水）　午後０時３０分～午後３時３０分
○場　　所：岡谷市勤労会館（岡谷市勤労青少年ホーム横）
○申込方法：１１月１５日（火）午後５時までに「南信労政事務所」又は「テクノプラザおかや」に電話で申し込みください。予約がない場合は開催しません。
◆南信労政事務所　　☎０２６５－７６－６８３３（直通）
◆テクノプラザおかや　☎０２６６－２１－７０００（直通）

11月無料税務相談会

税金がかかるのか心配・・・
お気軽にご相談ください!!

相続税

平成27年1月1日以降は相続税納税者増加!!
≪例として相続財産8,000万円・法定相続人子供3人の場合≫
平成26年１２月３１日まで　基礎控除8,000万円　⇒　納税額　0円
平成27年　１月　１日から　基礎控除4,800万円　⇒　納税額　約330万円
≪基礎控除額は3,000万円＋法定相続人の人数×600万円≫



贈与税

預金・有価証券・土地・建物等の名義変更は慎重に!!
贈与税がかかります。贈与税の基礎控除は年110万円です。

日程・場所　要相談（相談希望日時を申込書にご記入ください。）
定　員　５名　申込順で定員になり次第締め切ります。
相談内容　全ての経済活動は、税金と関係します。お気軽にお申し込みください。
相 談 員　税理士会諏訪支部派遣税理士　髙木健治先生
対 象 者　会員及び登録同居家族
相 談 料　無料
申込方法　7頁の申込書によりFAX又は郵便、若しくはホームページからでお申し込みください。
申込締切　平成２８年10月24日（月）

健康づくり講座「カーディオ・キック」

日　程　平成２８年１１月　１日、８日、１５日、２２日、２９日　毎週火曜日　全５回
時　間　午後６時～７時３０分
場　所　岡谷市勤労会館（岡谷市勤労青少年ホーム隣）
定　員　２５名
指 導 員　ＡＦＡＡ認定インストラクター　千葉有希子先生
対 象 者　会員・登録同居家族及び同伴者
参 加 費　５００円（会員・登録同居家族）　１,０００円（同伴者）
申込方法　申込書によりFAX又は郵便、若しくはホームページからお申し込みください。
申込締切　平成２８年１０月２０日（木）
そ の 他　運動のできる服装、室内履きの運動靴、補給水等

会員に贈る特別企画

ボジョレーヌーボ飲み放題パーティー

開 催 日　11月18日（金）
場　所　RAKO華乃井ホテル　TEL 54－0555　FAX 54－0777
時　間　午後7時～9時　〔受付開始　午後６時45分〕
参加資格　会員及び登録同居家族
料　金　**会員特別料金6,000円**（通常料金7,000円）
内　容　ビュッフェスタイル料理（数に限りがある物があります）
ボジョレーヌーボのほかビール、日本酒、焼酎、ソフトドリンク等飲み放題
申込方法　7頁の申込書をRAKO華乃井ホテルへ直接お送りください。（定員になり次第締め切ります）
利用方法　当日、会員証を提示し、特別料金をホテルにお支払いください。
大抽選会もあります。



会員加入促進強化月間　会員募集中!

11月、12月は、「会員加入促進強化月間」として役員を先頭に一層の会員拡大を図ってまいります。会員の皆さんのご協力をお願いいたします。

なお、強化月間中は、新規加入事業所の報償費が通常期の倍額になります。

お知り合いの事業所をご紹介ください

当サービスセンターでは年間を通じて会員を募集しております。会員の皆様のお知り合いの事業所で、まだセンターに加入されていないところがありましたら、ぜひご紹介ください。ご紹介いただいた事業所が加入された場合は、右記によりジェフグルメカード又は図書券若しくはクオカードを贈呈します。

なお、個人会員の方もご紹介ください。ご紹介いただいた方が入会された場合は、1人につき500円のジェフグルメカード又は図書券若しくはクオカードを贈呈します。

新規加入人員	報奨費の額
1～　2人	2,000円
3～　5人	3,000円
6～10人	5,000円
11～15人	7,000円
16人以上	10,000円

紹介カード　●複数の事業所等をご紹介いただける場合はコピーしてお使いください。

（あなたの事業所名）	（あなたのお名前）
〈紹介事業所〉	
（事業所名）	（TEL）
（所在地）	（業種）
（代表者名）	（従業者数）　約　人

問い合わせ・申込先/（一財）諏訪湖勤労者福祉サービスセンター　TEL 24-3010 / FAX 24-3018

チケット販売のお知らせ

岡谷市制施行80周年記念事業　オペラ　御柱

民を守って死する魂は必ず蘇って神となる……。
時を超え、空間を超え、永遠に語り継がれる、もうひとつの御柱ストーリー。



日　時　11月27日（日）　開場13:30/ 開演14:00　　**場　所**　カノラホール（大ホール）
金　額　会員・登録同居家族（大人）2,000円（通常価格3,000円）
＊一人世帯会員は2枚まで会員等と同額
小中高生1,000円
取扱枚数　10枚（全席自由席）

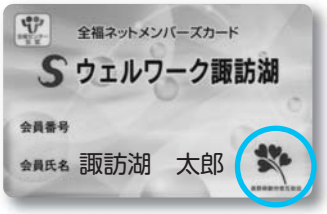
文化教養事業（チケット補助）

※チケット購入後、申請書に必要事項を記入のうえ、チケットの写し及び領収書（現本）を添えて申請して下さい。会員分のチケット代について1,000円助成します。（ただし、補助は会員1人年間3,000円以内です。）

「加藤ミリヤ　学園祭＆ホールツアー2016　RAINBOW WARRIOR」

日　時　10月19日（水）　開演19：00　　場　所　カノラホール（大ホール）

県市町村勤労者互助会・共済会の割引施設のご案内



ウェルワーク諏訪湖の会員証を提示すれば、県の市町村勤労者互助会や共済会で協定している施設のなかで共有利用施設として、料金割引等のサービスが受けられるものがありますので、是非ご利用ください。

共有利用施設の詳細は、長野県ホームページ内の「市町村勤労者互助会・共済会」の「市町村勤労者互助会・共済会利用施設一覧」をご覧ください。

「長野県市町村勤労者互助会」で検索 !! http://www.pref.nagano.lg.jp/rodokoyo/sangyo/rodo/shuro/shien/gojokai.html

参考資料：市町村勤労者互助会・共済会利用施設【一部抜粋】（平成 28 年 5 月現在）

施設名／所在地・電話	割引等内容
観　光	
一茶記念館 信濃町 柏原　026-255-3174	入場料/大人500円⇨450円 小中学生300円⇨260円
黒姫童話館 信濃町 野尻　026-255-2250	一般600円⇨500円 小中学生400円⇨300円 童話の森ギャラリーとの共通 一般800円⇨700円 小中学生500円⇨400円
童話の森ギャラリー 信濃町 野尻　026-255-6720	童話の森ギャラリーとの共通 一般800円⇨700円 小中学生500円⇨400円
野尻湖ナウマンゾウ博物館 信濃町 野尻　026-258-2090	大人500円⇨450円 子供300円⇨260円
いいづなアップルミュージアム 飯綱町 倉井　026-253-1071	大人300円⇨250円 子供150円⇨100円
高橋まゆみ人形館 飯山市 飯山　0269-67-0139	入館料/大人610円⇨510円 小中学生410円⇨310円
山ノ内町立志賀高原ロマン美術館 山ノ内町（上林温泉） 0269-33-8855	入館料/大人500円⇨400円 小中学生300円⇨250円
池波正太郎真田太平記館 上田市 中央　0268-28-7100	一般300円⇨250円 高大学生200円⇨150円 小中学生100円⇨80円
蜂天国 東御市 加沢　0268-63-3888	入館料10%割引 (通常大人400円、小人250円)
ミュージアム鉱研　地球の宝石箱 塩尻市 北小野 0263-51-8111	入場料/大人600円⇨500円 高大学生400円⇨300円 小中学生300円⇨200円
松本市美術館 松本市 中央　0263-39-7400	観覧料100円引き (会員及び同居家族) ※企画展は割引できないことあるためお問い合わせください。
伊那谷道中かぶちゃん村 飯田市 箱川　0265-28-1755	入場料/大人800円⇨700円 小人500円⇨400円 満願成就の湯入浴料/ 大人800円⇨700円 小人500円⇨400円

施設名／所在地・電話	割引等内容
レジャー	
レジャーびっくらんど小川 小川村 高府　026-269-1011	大人500円⇨450円 子供250円⇨200円
信州高山 森林スポーツ公園You遊ランド 高山村 牧　026-242-2210	温泉プール大人600円⇨500円、 小人300円⇨200円 露天風呂大人350円⇨300円、 小人250円⇨200円
なべくら高原・森の家 飯山市 照岡　0269-69-2888	各種自然体験料10%割引又はレンタル品10%割引 ※一部対象外の体験があり、イベントではご使用になれません。
地場産工房そば処よこ亭 飯綱町 柳里　026-253-8287	通常の食事及びそば打ち体験を10%割引
道の駅 花の駅・千曲川 飯山市 常盤　0269-62-1887	ソフトクリーム100円引き (Café里わに限る)
信州塩尻農業公園チロルの森 塩尻市 北小野　0263-51-8100	入場料/ 大人800円⇨600円、 小人400円⇨300円
スキー	
さかえ倶楽部スキー場 栄村 北信　0269-87-3333	リフト1日券500円引き（通常大人3,800円、小人2,500円）
いいづなリゾートスキー場 飯綱町 川上　026-253-3911	リフト1日券1,000円割引（通常3,500円）
戸隠スキー場 長野市 戸隠　026-254-2106	※割引時料金については、施設に直接お問い合わせ下さい。
湯の丸高原ホテル湯の丸スキー場 東御市 新張　0268-62-0376	宿泊料10%割引（要予約） スキー場リフト1日券10%割引
八千穂高原スキー場 佐久穂町 千代里 0267-88-3866	リフト料金/700円割引 (小学生以下、70才以上は全日1,000円のため割引不可)
富士見高原スキー場 富士見町 境　0266-66-2932	1日券（始業～17:00） 大人3,400円⇨3,000円、 小人2,700円⇨2,400円 午前券・午後券 大人3,000円⇨2,700円、 小人2,300円⇨2,000円 そり専用ゲレンデ入場料 1,100円⇨900円

施設名／所在地・電話	割引等内容
温　泉	
馬曲温泉　望郷の湯 木島平村 往郷　0269-82-4028	入湯料(大人のみ)100円引き
いいやま湯滝温泉 飯山市 一山　0269-65-3454	大人のみ入浴料金100円引き(本人のみ)
むれ温泉・天狗の館 飯綱町 川上　026-253-3740	温泉施設入館料/600円⇨550円
湯田中駅前温泉 楓の湯 山ノ内町 平穏　0269-33-2133	一般入湯料/300円⇨250円
いいやま北竜温泉文化北竜館 飯山市 瑞穂　0269-65-3121	日帰り入浴料金/800円⇨600円
麻釜温泉公園ふるさとの湯 野沢温泉村 豊郷 0269-85-3700	大人500円⇨400円、小人(3歳～小学生)300円⇨200円(3才未満は無料)
びんぐし湯さん館 坂城町 網掛　0268-81-7000	大人500円⇨400円、小人300円⇨240円(会員とその家族) ※PM8:00以降の入館には適用しません。
キャンプ	
CAN信州伊那谷　キャンパーズヴィレッジ 中川村 大草　0265-88-2695	サイト料金20%割引又はキャビン料金500円OFF
桑原オートキャンプ場　小渋釣堀場 中川村 大草　0265-88-3886	りんごシャーベットお一人様1個サービス

施設名／所在地・電話	割引等内容
食　事	
レストラン華林 千曲市 上山田町温泉 026-275-5112	通常料金の10%割引
そば処 幸輪 飯山市 飯山　0269-63-2978	お食事の方、コーヒー又はジュース・ウーロン茶いずれかをサービス
ショッピング	
眼鏡市場　県内各店舗 (中南信店舗を掲載)	メガネ・コンタクトレンズは店頭価格より5%割引 ※補聴器は対象外
南松本店　松本市 出川 0263-27-8608	
穂高店　安曇野市 穂高 0263-82-2738	
諏訪店　諏訪市 四賀 0266-54-5288	
岡谷店　岡谷市 長地 0266-26-0018	
伊那店　伊那市 伊那部 0265-74-2588	
飯田アップルロード店 飯田市 鼎　0265-56-4338	

レストランチケット申込用紙

会員氏名		会員番号		事業所名	
連絡先（平日の日中に連絡のつく番号）					
住　所	〒　　－			＊ご登録住所と異なった場合、直接電話等で確認をさせていただきます。	

チケット名	斡旋価格①	枚数②	支払金額 ①×②	受取方法
ラ・カフェテラサ　ランチバイキング　13歳以上	1,000円			窓口（岡谷・下諏訪）　代引
ラ・カフェテラサ　ランチバイキング　9～12歳	700円			窓口（岡谷・下諏訪）　代引
ラ・カフェテラサ　ランチバイキング　4～8歳	100円			窓口（岡谷・下諏訪）　代引
ラ・カフェテラサ　ディナーブッフェ　13歳以上	1，800円			窓口（岡谷・下諏訪）　代引
ラ・カフェテラサ　ディナーブッフェ　9～12歳	1，100円			窓口（岡谷・下諏訪）　代引
ラ・カフェテラサ　ディナーブッフェ　4～8歳	100円			窓口（岡谷・下諏訪）　代引
牛角お気軽コース	2，200円			窓口（岡谷・下諏訪）　代引
※代引料金（代引を選ばれた場合、別途かかります）	（260円）			
合　　計				

「11月無料税務相談会」申込書

申込締切 28年10月24日(月)
連 絡 先 FAX24-3018

事業所名（　　）

第１相談希望日時 ： 11月　　日（　　）午 前・後　　時　　分から

第２相談希望日時 ： 11月　　日（　　）午 前・後　　時　　分から

〒	住　　所	氏　　名	電　話　番　号
			－　　－

健康づくり講座「カーディオ・キック教室」申込書

申込締切 28年10月20日(木)
連 絡 先 FAX24-3018

会員(申込者)氏名　　会員No.（　　－　　）　会員(申込者) ☎　　－　　－

会員(申込者)住所　〒　　－　　市町

参 加 者 氏 名	勤 務 先	区　分	年齢	電　話　番　号
		会員･同居家族･同伴者		－
		会員･同居家族･同伴者		－

※ 参加者への詳細案内通知は、申込者に発送します。

11月18日(金)「ボジョレーヌーボ飲み放題パーティー」申込書

連絡先 RAKO 華乃井ホテル　FAX 54-0777

会員(申込者)氏名　　会員No.（　　－　　）　会員(申込者) ☎　　－　　－

会員(申込者)住所　〒　　－　　市町

参加者氏名	勤　務　先	区　分	年 齢	性 別	電　話　番　号
		会員・登録家族		男・女	－
		会員・登録家族		男・女	－
		会員・登録家族		男・女	－
		会員・登録家族		男・女	－

飾り巻き寿司づくり教室





7月16日、8月6日、9月3日　　16人参加

3回シリーズで勤労会館と共催で実施した教室は、初回の初心者でも楽しく基礎を学べるカエルの巻き寿司から、最終回では写真のような「四海巻き」巻き寿司を全員が巻けるようになりました。

HOT NEWS センター

サービスセンターの事業・できごと・話題をご紹介します





東京ディズニーリゾートの旅

9月3日（土）　32事業所　114人参加

毎年大変人気のあるコースですが、今年はバス3台で実施しました。天気もよく参加者全員が、楽しい一日を過ごすことができました。

第２３回親睦ゴルフ大会

9月4日（日）　7事業所　14人参加

天候にも恵まれ、それぞれが腕を競い合いました。結果は次のとおりでした。

優　勝　寺澤　徳雄　グロス　83　ネット　72.2
準優勝　小口　正幸　グロス　91　ネット　75.4
第３位　千葉　　聡　グロス 101　ネット　75.8





ロングランゴルフコンペ

7月16日～8月31日　　9事業所、　13人参加

今年は御柱年で日程を変更し実施しました。時間等の制約なく参加できるコンペですので、ゴルフをやる方は次回はぜひ参加してください。

大 会 成 績

優　勝　小林康孝　グロス84　ネット72.0
準優勝　濱　藤雄　グロス90　ネット73.2
第３位　寺澤徳雄　グロス83　ネット73.4
ベストグロス賞　寺澤徳雄　グロス83

＊諏訪レイクヒルカントリークラブから賞品（特別賞）をいただき、9位の方に贈呈しました。

事務局からのお知らせ

1　会費引落しのお知らせ

１０月２５日（火）に各事業所の指定口座から平成２８年１０月～１２月分（３ヵ月分）の会費を自動振替しますのでご準備ください。**【引落額】（会費 500 円×10/1 現在の会員数 ×3 ヵ月分）**

2　保険金請求について

請求時に必要な申請書類や添付書類が従来の様式から一部変更となりますので、**『傷病休業保険金』、『重度障害保険金』、『後遺障害保険金』、『住宅災害保険金』**及び**『死亡保険金』**の事由が発生した際は、まずはセンター事務局までご一報ください。

また、保険金の給付日は、事務局よりおってお知らせします。（申請後給付までおおよそ１ヶ月）。

3　共済金給付日のお知らせ

上記の「重度障害保険金」、「後遺障害保険金」、「住宅災害保険金」、「本人死亡保険金」以外の保険金及び共済金については、原則以下のとおりです。

・　9月　末日までの申請分 ⇒ １０月　７日（金）以降に窓口でお受け取りください。
・１０月１５日までの申請分 ⇒ １０月２５日（火）　〃　〃
・１０月　末日までの申請分 ⇒ １１月１０日（木）　〃　〃

給付日について、特段連絡はいたしませんので、上記日程により窓口においでいただき、お受け取りください。

4　会員２０人以上で共済金等の振込を希望された事業所

9月１６日～１０月１５日までの申請分は１０月２５日（火）に会費引落し口座に振り込みますので、ご確認ください。